



ABCプロジェクト/ミニセミナー⑦
知りたい！ 転移性乳がん患者さんの口腔ケア②
Zoomセミナー

- =====
• 日時：2020年9月26日（土） 18時00分～19時00分
• 場所：Zoom WEB会議システム
• 講師：溝口奈菜氏（サンスター株式会社 歯科衛生士）
=====

<本セミナーのテーマ・目的>

口腔ケアについてのセミナー第2回目は、歯の治療についてのお話です。「歯のかぶせものが取れた」「歯が痛い」「歯科受診時に気をつけること」など、薬物治療中や休薬中にどのようなことに注意をして口腔ケアをすればよいのか学んでいきます。

<主な内容>

- はじめに
- 治療中のケアに関するQ&A
- 痛みがあるときのQ&A
- 歯科医院についてのQ&A
- 参加者からの質問コーナー
- 今後のセミナーのご案内

- はじめに

■衛生士さんからの心に寄り添うアドバイス

サンスター株式会社・静岡研究所にお勤めの溝口さんを講師にお迎えした第2回目のセミナーです。抗がん剤治療中の歯科に関する素朴な疑問や、骨転移の際の口腔への影響など、歯科衛生士の専門知識だけでなく、社会福祉士としての立場からも“お口のトラブル”についてアドバイスをいただきました。前回に続き、事前に参加者の皆さんから寄せられた質問をもとに進める、Q&A形式となりました。

- 治療中のケアに関するQ&A

■気になる骨転移の症状と事前の口腔ケア

——骨転移の治療や骨粗しょう症に用いられるお薬の副作用に、顎骨壊死（がっこつえし）があると聞きました。どのようなものか教えてください。

お薬の影響でお口の中の骨の一部が“腐ったような状態”になってしまうことを顎骨壊死と言いま

す。ビスホスホネート製剤を使われている方の0.7~12.2%、デノスマブを使われている方の0.7~2.3%が、顎骨壊死が発生しているというデータ(※)があります。骨粗しょう症の場合も、お薬の濃度にもよりますが、同じようにリスクがあります。

症状としては、お口の中にいるさまざまな細菌が骨に感染して痛みが出たり、腫れたり膿が出たりします。また、骨転移のお薬を飲まれている患者さんが歯科治療で抜歯をしたり、合わない義歯を長期間使用して一部が骨にあたっている、またお口の中が極端に汚れた状態であることによって、顎骨壊死を起こす確率が上がるとも言われています。

実際に症状が出てしまうと、強い痛みで食べることが難しくなります。初期症状のサインとしては、「顎の骨がムズムズする」「少し痛みを感じる」との声が多く聞かれます。症状が進んでしまうと顎の骨の一部分を切除するなど大きな治療が必要になりますが、早く見つかった場合には「抗生薬の服用」「骨が出ている場所の洗浄」など、簡単な治療で症状を食い止めることができます。

早期発見が非常に重要ですので、「骨が見えている部分がある」「顎が腫れている」と感じたら、すぐに歯科医院を受診してください。予防のためには、お口の中を清潔に保つことが大切です。

——抗がん剤の休薬期間中、または抗がん剤治療が始まる前にできるお口のケアはありますか？ 主治医から指示がなくても歯科医院を受診した方がよいのでしょうか？

まず、ビスホスホネート製剤やデノスマブ、分子標的薬などを始める前には、歯科医院を受診されることをおすすめします。虫歯や歯のぐらつきなど、気になるところを先に治療できますし、そうしたケアを受けなかった方に比べ、顎骨壊死の発症が3~5割ほど抑えられるという報告(※)も出ています。

休薬中にも、ぜひ歯科医院を受診してください。お口の中で悪いところがないかチェックしたり、治療中のセルフケアについて歯科医や歯科衛生士からアドバイスを受けていただければと思います。

なぜなら、お薬によって『骨髄抑制』で血液中の白血球・血小板などの成分が少なくなると、その期間には控えた方がよい(できなくなってしまう)治療があるからです。お薬が切り替わるタイミングでも、歯科医院に行っていただくことをおすすめします。

主治医からの指示がない場合も、ぜひ歯科医院には行ってください。クリーニングなどでお口を清潔に保てますし、定期健診(通常は3~4か月ごと、場合によって6か月ごと)が顎骨壊死の早期発見につながります。歯科医には、ご自身の治療の内容や身体の状態を伝えることが重要です。“自分でうまく説明する自信がない”という方は、最近では「診療情報提供書(患者さんの状態を説明する文書)」などでご対応いただけるケースも増えているそうです。主治医や看護師さんに依頼してみてもいいでしょうか？

また、詰め物が取れたときや、虫歯の治療には注意が必要です。軽いものであれば最短1回の治療で済みますが、状況によっては何回も通院が必要になる場合もあります。抗がん剤などの治療スケジュールが決まっていると悩まれると思います。歯の治療が長期になる場合には、歯科医とがん治療の担当医で相談していただくのが最良の方法です。ご自身の希望があれば、先生方に伝えれば参考にしてもらえます。

(※) 国立がん研究センター、全国共通がん医科歯科連携講習会テキスト(第二版)より

・痛みがあるときのQ&A

■治療中に歯の痛みが出たら？

——治療開始後(治療中)に、歯が痛くなってきました。どうすればよいのでしょうか？

痛みを感じたら、まず歯科医にご相談ください。かかりつけの歯科医院がない場合は、治療している病院の歯科・口腔外科などを受診するとよいでしょう。その際は、主治医や看護師に相談すればスムーズです。そして、最初に歯科医に伝えていただきたいポイントがあります。

まず、「どこが痛いのか（どの歯が、どのように痛むか）」「痛みによる悩み（食べることがつらい、など）」を伝えます。そして、いちばん大切なのが、ご自身の身体の状態です。「病気のこと」「治療の状態」「使用しているお薬について（薬剤名や使用期間など）」のほか、直近の血液検査のデータ（白血球・血小板の数値が分かるもの）があれば、持参するとよいでしょう。

抗がん剤などの治療中、“侵襲的な治療はよくない”と言われることがあります。これは身体に負担がかかる治療のことです。例えば出血したり感染のリスクが高いもの、具体的には抜歯や、虫歯の中でも根の治療は感染リスクが高く、骨髄抑制の時期には、こうした治療はやめた方がよいと言われています。骨髄抑制のない抗がん剤に関しては、一般的に「血液の数値が一定より上」であれば、特に問題ないとされていますが、個々のケースで異なりますので、歯科医とよく相談してください。

——義歯（入れ歯）を使用しているのですが、毎日のケアで注意点はありますか？ また、痛みがあるときの対処法はありますか？

入れ歯には、部分的に2～3本程度を補う『部分入れ歯』と、上あご・下あごに分かれて全部が入れ歯になっている『総入れ歯』の2種類がありますが、お手入れの方法はほぼ一緒です。

入れ歯のトラブルで気をつけていただきたいのが、まず「痛みがある」「合わない」など入れ歯を我慢して使うのを避けること。合わない入れ歯を長く使っていると顎骨壊死のリスクが、だいたい3倍ほど高くなると言われています。入れ歯が合わない、少しでも痛みが出るという場合は、必ず調整してもらいましょう。歯科医には、ぜひ気軽にご相談ください。

もう一つは、不衛生な入れ歯を使わないこと。周りの歯が抜けたり、カンジダ菌が増えやすくなります。症状としては、ピリピリ・チクチクする感覚や、白い点々が現れます。口の中や入れ歯に“白いカッターシースのようなモヤモヤしたもの”が付いていたら、口腔カンジダ症（赤い炎症が起こる紅斑性口腔カンジダ症もあります）ですので、歯科医院でお薬を処方してもらう必要があります。

次にお手入れについてです。基本的に、寝る前には入れ歯を外します。就寝中など入れ歯を使わないときは、入れ歯ケースやタッパーなどに入れて水に浸けてください。その前に必ずやっていただきたいのが、入れ歯を洗うことです。又メ又メしている所は、汚れや菌が付着しているという合図です。ぬめりがなくなる程度、歯ブラシや専用の義歯ブラシでしっかりぬめりを取り除きましょう。義歯洗浄剤では又メ又メ汚れは取れません。しっかりこすってぬめりを落としてから洗浄剤を使っていたほうが重要なポイントです。

入れ歯を洗うとき、歯磨き粉を使ってしまうという話を耳にしますが、これは避けてください。歯磨き粉には研磨剤の成分が入っており、入れ歯に細かい傷がついてしまい、そこに汚れや菌がたまるという報告されています。マウスピースも同じです。また、痛みが出た場合は、定期健診とは関係なく、すぐに歯科医院を受診ください。

・ 歯科医院についてのQ&A

■ 歯科医院選びに困ったときは…

——歯科医を選ぶ際の注意点を教えてください。一般の歯科医院で大丈夫でしょうか？ 専門医制度

などはあるのでしょうか？

治療中でも、お口の中のトラブルがあれば、かかりつけの歯科医に行かれるのが最適です。今まで歯科にかかったことがないなど、新たに歯科医院を探す場合は不安が大きいかと思います。

そこで、皆さんにお伝えしたいのが『がん診療連携登録医制度』です。現在、日本歯科医師会の主導で、全国の歯科医が「がんの基本的な知識」や「患者さんを受け入れる際の注意点」などを勉強されています。日本には約6万件の歯科医院があると言われていますが、2万人弱ほどの歯科医がこの制度に参加され、がん患者さんが安心して歯科にかかれる受け入れ態勢を整えているのです。

ただ、かかりつけ歯科医が“登録歯科医”でなくても、制度に登録されていないだけで同様の知識がある先生もいらっしゃいます。かかりつけ歯科医との信頼関係があって“安心してお任せしたい”と思えば、変える必要もありません。不安な場合は、新しい先生に見ていただくのも1つの方法です。とはいえ、がん患者さんへの理解については、残念ながら歯科全体がもっと頑張らなければならない現状にあります。ご自分の状態や使われているお薬など、正確に伝えられるか不安な場合、主治医に“治療状況のお手紙”を書いていただく方法もあります。「紹介状」「診療情報提供書」とも呼ばれる場合もあり、書面で渡す方が安心できますし、疑問があれば先生同士でやりとりができます。

また“登録医”の先生を探す場合は、ぜひ歯科医師会の相談窓口を頼ってください。歯科医師会は都道府県のほか、市や群ごとの地域にもあります。必ず事務局の窓口がありますので、電話などで“このような先生を紹介してほしい”と気軽にご相談いただければと思います。

⇒国立がん研究センターがん情報サービス『がん診療連携登録歯科医名簿』

https://ganjoho.jp/med_pro/med_info/dental/dentist_search.html

——歯科医院への通院がづらいです。治療を受けるためにはどうしたらよいのでしょうか？ 訪問治療などはあるのでしょうか？

まだ、あまり知られていませんが、実は歯科医が自宅に来てくれる『訪問歯科治療』というものがあります。必要な道具はすべて歯科医が持参されますので、抜歯やクリーニング、義歯を作るなど、歯科医院で行われる治療は、基本的に何でもできます。

利用できるのは、ご自身での移動が困難で歯科医院へ通院できない方に限られます。治療が長く続いて身体への負担が大きくなっている方は、治療中であれば対象となるかと思えます。ただし“往診は半径16kmの範囲”という条件もあり、それまで通っていた歯科医に必ず来てもらえるという訳ではありません。費用については、健康保険でできる範囲であれば、通常の歯科医院と変わらない料金設定となっていますので、ご安心ください。

このサービスに申し込みたいときは、かかりつけの歯医医院がある方は、そこで一度ご相談ください。その歯科医に来てもらえるかもしれませんし、対応いただける歯科医を紹介いただける場合もあります。すでに在宅での医療・訪問看護など利用されている方は、担当のケアマネジャーや訪問看護師に相談されるのも1つの方法です。どこに頼んだらよいか分からない方は、先ほどの“登録医”と同しく、歯科医師会にご相談いただければと思います。

一方で、今の時期は新型コロナウイルスを心配される方も多いでしょう。国内での感染が報告されてから、歯科医院でも対策をしっかりとされており、今のところ（2020年9月26日現在）歯科の医療従事者から患者さんへの感染は1件もないと聞いています。

日本歯科医師会では、皆さんが安心して安全に歯科治療を受けていただけるよう、8月の中旬から『新型コロナウイルス感染症等感染防止対策実施歯科医療機関みんなで安心マーク事業』を始めています。これは、感染防止対策について詳細なチェック項目を設定し、すべてを満たした歯科医院が認

定を受けられる制度です。認定された歯科医院には「みんなで安心マーク」が発行されますので、これから歯科医院を選ばれるときに1つの目安として参考にされ、安心して受診いただければと思います。歯科受診は必要なタイミングで、しっかり行っていただくのが大事です。

⇒日本歯科医師会：

新型コロナウイルス感染症等感染防止対策実施歯科医医療機関みんなで安心マーク事業
<https://www.jda.or.jp/dentist/anshin-mark/>

・参加者からの質問コーナー

■顎骨壊死と治療薬についての疑問

今回もセミナー中、参加者からチャットなどで寄せられた質問にお答えいただきました。

はじめに、顎骨壊死の治療法について「高気圧酸素治療があると聞いたが、有効なのか？ どのような病院で受けられるのか？」という質問ですが、実は、私も“言葉では知っている”という程度で、まだ実際の治療成績などは耳にしていません。事務局でも調べていただきましたが、症例が1つくらいしか見つかりませんでした。今の段階で言えるのは、今後、症例が多くなって効果が認められるかもしれないということです。

さらに、パミドロン酸二ナトリウム水和物を使用した際の影響について質問がありました。事務局で調べたところ、ビスホスホネート製剤の1つで、顎骨壊死が発生する可能性はあるようです。顎骨壊死については、発生のメカニズムや発生率など、まだ分かっていない部分も多く、お薬も効果が分かっていないものがあります。ただ、ビスホスホネート製剤と同じタイプのお薬ですと、リスクはあると思います。気になる場合、主治医に相談して対処を決めて行かれるのがよいでしょう。

最後に、溝口さんから“歯科は皆さんを応援するサポーターの一員として活動していきたい”という思いと、歯科医師・歯科衛生士の方々に“安心して頼ってほしい”とのメッセージが送られました。

・今後のセミナーのご案内

■転移性乳がん啓発デーや年末の交流会も

今月は“転移性乳がん患者さんの啓発デー”があり、10月13日（火）に『臨床試験の仕組みと情報の探し方』のミニセミナーを開催予定です。日本医科大学武蔵小杉病院・腫瘍内科の勝俣範之先生にお話しいただくほか、終了後に交流会やABCプロジェクトの新たな取り組みの発表も行います。

また、11月には医療費控除を中心とした『確定申告』のミニセミナーや、12月の『年末交流会』など、続々と企画していますので、ご参加をお待ちしています。

ライター：さかい ようこ

31歳で初発の診断を受け、術後9年6か月の検診で転移が見つかる。以後、さまざまな投薬をつなぎながら、今年の夏でABC歴も丸9年。仕事では、寄る年波か…全盛期を過ぎた感は否めないものの、まだまだ現役！ 月1の診察も、なんとか「安定」継続中。